
LIVE&LEARN TEAMBUILDING

Soluzioni per imparare a conoscersi e
lavorare insieme, partendo da
esperienze concrete e memorabili



METODO LIVE&LEARN

- Il Metodo Live&Learn parte dalla convinzione, sostenuta da molti esperti, che l'apprendimento che si sviluppa da esperienze concrete facilita notevolmente un miglioramento di competenze e comportamenti più profonda e duratura.
- Le neuroscienze supportano questa idea: quando apprendiamo attraverso l'azione, il nostro cervello crea connessioni più forti e naturali. Ad esempio, praticare l'arte, lo yoga, esplorare la natura o cucinare non solo stimolano la creatività e la coordinazione, ma attivano anche diverse aree del cervello, favorendo l'apprendimento multisensoriale.
- Infine, l'apprendimento esperienziale rende la formazione più coinvolgente e memorabile, portando i partecipanti a far proprio uno stile più empatico e creativo, fondamentale per lavorare meglio in team.



TEAMBUILDING: LE NOSTRE PROPOSTE

Per vivere l'esperienza di gruppo, ci affidiamo ad attività coinvolgenti (il «Live» del metodo Live&Learn), da cui apprendere come lavorare meglio insieme (la nostra parte «Learn») in modo naturale e senza giudizi, attraverso una giornata unica e divertente, a scelta tra le nostre proposte:

1. Teambuilding e Tortellini
2. Design Drama
3. Cerchio cromatico
4. Yoga & Mindfulness
5. La storia che ci unisce
6. Carte di Narrazione Evolutiva
7. Let's Musical!
8. I 6 cappelli colorati



1. TEAMBUILDING E TORTELLINI

Si sa, il cibo è una passione che accomuna tutti gli italiani... Cucinare è una vera e propria arte trasversale che ci può venire in aiuto anche quando si ha la necessità di **divertirsi, svagarsi e di creare rapporti saldi e duraturi con le persone che ci circondano.**

Proprio per questo è un valore aggiunto far entrare la cucina all'interno delle tecniche di Team Building in maniera tale da stimolare la creatività degli individui, migliorare le proprie doti di comunicazione e collaborazione, imparare a mettersi in gioco e uscire dalla zona di comfort.

I partecipanti verranno introdotti alle regole base della stesura della sfoglia che avvolgerà il ripieno e di seguito della chiusura del tortellino. Questa esperienza aiuterà a capire che seppur servano pochi ingredienti, **il vero valore aggiunto per ottenere un prodotto di qualità è l'aiuto del proprio gruppo.**

MODALITÀ:

- Sarà una giornata esperienziale, come tutte le attività Live&Learn.
- È compreso il pranzo con degustazione guidata da sommelier
- La riconduzione è condotta dai nostri coach

Docente: Barbara Farina

In collaborazione con



2. DESIGN DRAMA

Design Drama è un metodo per il **potenziamento della creatività, lo sviluppo integrale e il benessere delle persone**. Si basa sulla combinazione sinergica degli strumenti del design creativo, insieme alle tecniche di drammatizzazione e storytelling, ai giochi teatrali, alle risorse della ludo-didattica e all'espressione artistica. È il risultato di quasi 20 anni di esperienza accademica, professionale e artistica del suo creatore, Erik Ciravegna.

Il team si rafforza e migliora la propria capacità creativa, utilizzando le tecniche del laboratorio teatrale e dell'arte terapia, **migliora lo stato d'animo delle persone, le loro relazioni con gli altri, la loro capacità di produrre idee e risolvere problemi**.

MODALITÀ

- Una giornata in cui le persone danno sfogo alla propria parte creativa e di drammatizzazione.
- L'uso dello spazio corporeo e di materiali artistici, come il collage, fanno da filo conduttore di un'esperienza divertente ed emozionante.



Docente: Erik Ciravegna **In collaborazione con**



3. CERCHIO CROMATICO

Il colore è vita!

Non ci sono aspettative, solo la meraviglia di scoprire cosa succede giocando con i colori, **utilizzando la metafora artistica per trasmettere i valori dell'azienda**. La proposta del viaggio nel mondo del colore riguarda la tematica dell'infinita gamma e tonalità cromatica a partire da 3 semplici colori di base (i colori primari).

L'attività non richiede alcuna competenza artistica: può essere molto rilassante, ma anche divertente. Il potere dell'arte nella sua naturalità porta a **rigenerare il gruppo** attraverso un'esperienza coinvolgente e unica.

MODALITÀ

- Attività principale, mezza giornata: realizzazione del cerchio cromatico (attività di pittura su pannello o carta da acquerello con pennelli e colori acrilici)
- Attività accessorie, una giornata: introduzione con una breve passeggiata nel verde per osservare le differenti tonalità cromatiche delle foglie.
- Gioco conclusivo finale.



Docente: Annamaria Pittari **In collaborazione con**



4. YOGA E MINDFULNESS

La mindfulness è la pratica di portare l'attenzione al momento presente in modo intenzionale e senza giudizio. Attraverso la consapevolezza, possiamo **imparare a rispondere alle sfide quotidiane con maggiore equilibrio e serenità.**

Il team impara attraverso l'esperienza del gruppo a **ridurre lo stress e l'ansia, migliorare la concentrazione e la capacità di gestire le emozioni, riconnettendosi con i propri obiettivi comuni**, regalandosi una giornata di consapevolezza, nel «qui e ora», per ritrovare energia e slancio positivo.

La combinazione delle pratiche di Mindfulness con lo Yoga, favorisce un miglior equilibrio tra corpo e mente, e dona benessere psico fisico ai partecipanti.

MODALITÀ

- Alternanza di momenti teorici e pratici, il percorso può durare una o più giornate
- Esperienza all'aperto con la camminata consapevole
- Pranzo insieme per «mindful eating» guidato
- Richiesto abbigliamento comodo

Docente: Gianluca Quatela **In collaborazione con**



5. LA STORIA CHE CI UNISCE

In questo workshop i partecipanti vengono accompagnati a **riscoprire se stessi attraverso la scrittura**, una capacità che spesso perdiamo ma che tutti abbiamo in noi. Partendo da questa consapevolezza, si passa a creare una narrazione comune per rafforzare il team, trovando **uno storytelling condiviso per migliorare l'engagement e il teamwork**. Quando l'azienda sente l'esigenza di sviluppare **senso di appartenenza, collaborazione e focus sugli obiettivi** comuni, l'esperienza della scrittura consapevole è vincente. Si tratta di un laboratorio che non richiede impegno fisico, ma arricchisce il gruppo in modo tangibile ed emozionante.

MODALITÀ di svolgimento della giornata

Introduzione: L'importanza delle storie come strumento di legame e consapevolezza

Modulo 1: Gli elementi di una storia

Modulo 2: Costruire la Trama insieme

Modulo 3: Dialoghi e dettagli narrativi

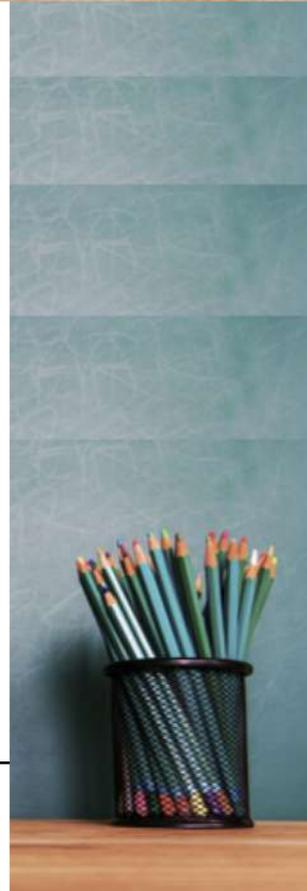
Modulo 4: Coerenza e connessione

Docente: Alessandra Perotti



In collaborazione con

Scrivere è Vivere



6. CARTE DI NARRAZIONE EVOLUTIVA

Le carte di narrazione evolutiva realizzate dall'autrice Sara Loffredi rappresentano 27 personaggi di miti e fiabe che ci guidano in **un'esperienza di confronto**, di racconto e scrittura. Incontriamo le loro storie per conoscere ciò che, dentro di noi, trova specchio e **identificazione**.

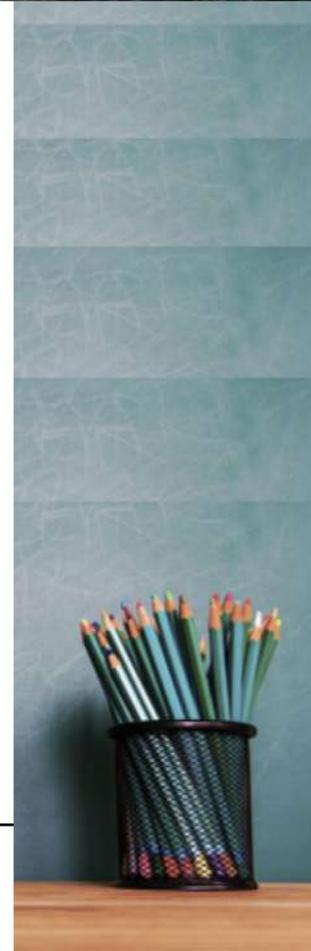
Scriviamo insieme un personaggio che ci accompagni nell'evoluzione della nostra storia. Ci apriamo agli altri per raccontarci in modo inedito. E infine troviamo e scriviamo la storia del nostro gruppo di lavoro, cercando il nostro filo conduttore.

Per i gruppi di lavoro che cercano una propria identità comune, si tratta di un'esperienza evocativa e coinvolgente, adattabile come tempistiche ai ritmi veloci della nostra quotidianità

MODALITÀ

Durata workshop: mezza giornata

Opzione: l'esperienza può rimanere un modulo di mezza giornata o essere accompagnata da una riconduzione aziendale sulla comunicazione efficace, a completamento di un'intera giornata



Docente: Sara Loffredi

7. LET'S MUSICAL!

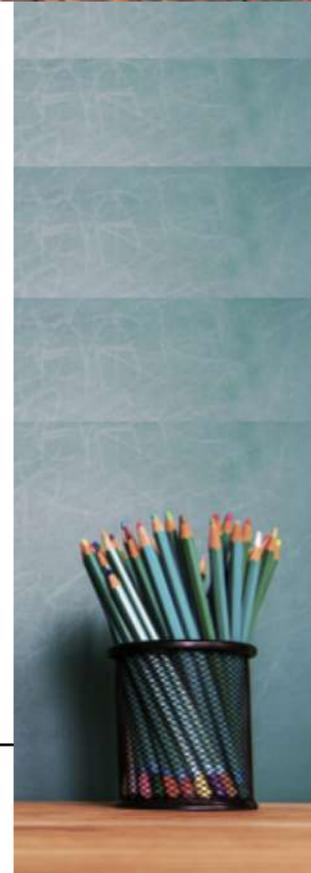
Creare un musical richiede un **forte lavoro di squadra**. Ogni membro del gruppo deve collaborare. L'aspetto ludico dell'attività aiuta a ridurre lo stress e a **creare un ambiente positivo**, favorendo relazioni più forti tra i membri del team

«Grease» è un musical vivace e colorato, che stimola la creatività. I partecipanti possono contribuire alla realizzazione di qualcosa di unico, incoraggiando l'innovazione e il pensiero fuori dagli schemi. Lavorare su un musical come Grease non solo è un'esperienza divertente, ma offre anche opportunità preziose per **costruire un team coeso e motivato**

MODALITÀ

Durata workshop: mezza giornata o una giornata in base alle attività previste (recitazione, canto, danza, trucco e parrucco, costumi)

Alla fine dell'esperienza si prevede la rappresentazione della performance, che a scelta può rimanere come esperienza dedicata al gruppo, oppure essere ripresa da un videomaker professionista che potrà realizzare un mini docufilm con backstage e spettacolo, da utilizzare poi in azienda.



Docente: Sara Persali

8. I 6 CAPPELLI COLORATI

Ispirato al metodo dei 6 cappelli di Edward De Bono e alla Comunicazione Empatica di Marshall Rosenberg, per **stimolare il problem solving creativo e generare team più efficienti e orientati alla soluzione.**

È un approccio innovativo e unico nel suo genere, che trasforma il modo di pensare, incoraggiando i team a guardare ogni situazione, ogni decisione da più prospettive, **evitando conflitti, migliorando la comunicazione e la collaborazione**, aumentando, di conseguenza, la produttività e l'efficacia.

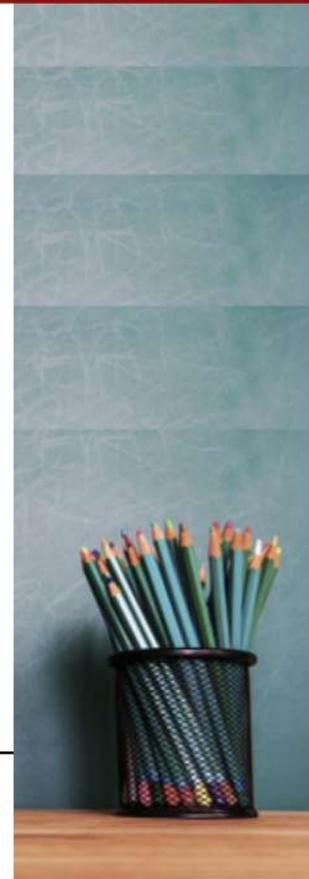
MODALITÀ

Nel corso della giornata di workshop, si va ad esplorare ogni cappello, che rappresenta uno stile di pensiero diverso e, applicato in contesti aziendali, stimola una riflessione multidimensionale e favorisce soluzioni innovative.

Cappello blu è il pensiero strutturato - Cappello bianco è il pensiero analitico

Cappello rosso è il pensiero emotivo - Cappello nero è il pensiero critico

Cappello giallo è il pensiero positivo - Cappello verde è il pensiero creativo



Docente: Monica Rubini

I NOSTRI DOCENTI

1. **Barbara Farina** – Coach e Formatrice, consulente d’azienda e esperta di reskilling e selezione. Partner di R-consulting di Reggio Emilia
2. **Erik Ciravegna** – Docente di design all’Università di Bologna e del Chile, Master in Arteterapie, attore di teatro, ideatore della metodologia Design Drama
3. **Annamaria Pittari** – Artista, danza terapeuta, fondatrice di Parcolorato, scuola di pittura e arte di Milano
4. **Gianluca Quatela** – Insegnante di Yoga e Meditazione, fondatore insieme a Veronica Ghiglietti dell’Istituto Quelli del Samgha di Melzo, docente certificato di MBSR
5. **Alessandra Perotti** – Editor, ghostwriter e writer coach, specializzata in scrittura autobiografica e terapeutica, editor professionista
6. **Sara Loffredi** – Autrice Einaudi, Piemme, Rizzoli. Formatrice per Belleville e NABA, coach e fondatrice del progetto «Sana e robusta costituzione» per l’educazione civica nelle scuole
7. **Sara Persali** – Cantante, attrice, membro stabile della compagnia I Performers, insegnante di musical ed educatrice
8. **Monica Rubini** - Formatrice esperienziale, Consulente di Comunicazione, Career e Life Counselor, docente di comunicazione non violenta

RICONDUZIONE

Tutti i workshop sono facilitati e accompagnati da **Marta Signore**, founder dello Spazio Casale e creatrice del metodo Live&Learn. HR Director per diverse aziende interazionali, formatrice e scrittrice, guida il gruppo nei percorsi esperienziali, riconducendoli nell’apprendimento legato alla propria funzione in azienda



IL LUOGO

Tutti i nostri workshop si svolgono presso Spazio Casale. Un luogo che unisce alle caratteristiche rurali di un ambiente extra urbano le modalità tecnologiche e professionali tipiche degli spazi di lavoro. Ambienti ampi e versatili per costruire esperienze uniche e su misura per i team.

Il contesto offre un sapore “fuori porta” rispetto a Milano, caratteristico di un antico casale ristrutturato nella località Cascina Casale a Cassina de’ Pecchi, dove si trova il polo culturale della città (vicino alla biblioteca, la scuola di musica, il teatro, lo spazio espositivo nell’antica torre del Maio), ma allo stesso tempo tutte le comodità di una realtà ben servita.

Raggiungibile con metropolitana M2 linea Verde che collega tutte le stazioni ferroviarie della Città di Milano, oppure in auto tramite tangenziale est, TEM, Autostrada A4, Brebemi.

Ampio parcheggio gratuito. Convenzioni con B&B in loco.



CONTATTI

info@spaziocasale.it

martaelenasignore70@gmail.com

Cell. 331.1795896

www.business.spaziocasale.it

